VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

Методика подготовки конкурных лошадей в ФРГ и Франции.

Н. Роге.



Методика подготовки конкурных лошадей в ФРГ и Франции.

Н. Роге.

Приводимый ниже материал представляет обобщенный опыт подготовки конкурных лошадей в ФРГ и Франции. Цель обоих методов напрыгиваний – подготовить лошадь для современных соревнований по преодолению препятствий, требующих от нее высокой техники прыжка, мощности, умения преодолевать препятствия на быстром аллюре во время перепрыжек и соревнований на резвость. Методики подготовки конкурных лошадей в ФРГ и Франции несколько отличаются одна от другой. Немецкая система основана, в первую очередь на всесторонней выездке молодой лошади. В процессе выездки прыжки фигурируют как гимнастические упражнения, способствующие общему физическому развитию лошади. Планомерное же напрыгивание начинается лишь в возрасте пяти лет. Во Французской системе не предается столь большого значения выездке, но зато она начинает планомерное напрыгивание в возрасте 2-3 лет.

Приступая к изложению вышеуказанных систем, приведем высказывание чемпиона XVI Олимпийских игр Г. Винклера о качестве немецкой конкурной лошади: «Преимущество немецкой системы заключается в том, что немецкие лошади выезжены и полностью подчинены всадникам. Благодаря этому они служат для спортивных целей значительно дольше, чем в других странах. У правильно подготовленных спортивных лошадей не наблюдается таких резких колебаний спортивной формы, как например у лошадей ведущих всадников Франции, искусство которых заключается скорее в импровизации, чем в планомерной подготовке лошади».

Немецкая система подготовки конкурных лошадей.

Выбор лошади.

Специалисты по конному спорту ФРГ считают, что найти молодую лошадь способную преодолевать высокие препятствия, довольно трудно. Она должна обладать незаурядными прыжковыми способностями. Желательно, чтобы ее кровность, строение и, в особенности, темперамент, отвечали всем требованиям, предъявляемым конкурной лошади.

При выборе лошади обращают внимание на строение ее плеч, шеи, спины (она не должна быть слишком короткой). Установлено, что лошади короткой пястью и плоской (скакательные суставы приближены к земле) наименее пригодны для конкура. Осторожные лошади, а также лошади с чувствительной пястью более подходят, чем неосторожные и с малочувствительной пястью. Предпочтение отдается высококровным. Лошади, обладающие малой резвостью и недостаточной кровностью считаются менее пригодными. В ФРГ как правило прыгают на меринах, т.к. они менее раздражительны, чем кобылы и сними легче работать.

Напрыгивание.

К напрыгиванию приступают в том случае, если лошадь прошла подготовку, обязательную для ремонтной лошади. Лошадь, обладающую способностями к прыжку, не напрыгивают по специально разработанному плану прежде, чем она не достигнет пятилетнего возраста. Немецкие специалисты считают, что она не достигает пятилетнего возраста. Они считают, что лошадь нужно готовить три года, чтобы она могла легко и технически правильно преодолевать трудные маршруты. Лошадь, сбереженная в молодом возрасте, находится в расцвете сил с 9 до 14 лет. В ФРГ лошадей выезжают на обычном трензельном оголовье. Пользоваться строгим железом не рекомендуется, т.к. от него лошади начинают бочить и гнуть шею. Правильно пригнанный мартингал, не мешающий работе повода, считают хорошим вспомогательным приспособлением. Он особенно полезен для лошадей, с неспокойной головой и шеей. Во время преодоления препятствий, всаднику рекомендуется в некоторых случаях прихватываться за шейный ремень, е.к. это сохраняет рот лошади и помогает спортсмену не отставать от движений во время прыжка. Правильная посадка – необходимое условие при прыжке. Отличительной особенностью конкурной посадки считают оттянутый каблук, глубокое положение колена и туловища. Руки должны лежать по обеим сторонам холки и во время прыжка перемещаться в направлении рта лошади. Создается впечатление, что всадник как бы хочет сдвинуть рот лошади при помощи палок. Не следует помогать лошади подниманием руки. Это только мешает ей. Верхняя часть корпуса всадника при движении свободным аллюром находится несколько впереди вертикальной линии, при этом всадник соблюдает спокойствие и низкое положение рук. Седалище всадника касается седла и реагирует на каждое движение поясницы. Стремена подгоняют так, чтобы всадник, взявший стремя на широкую часть ступни чувствовал удобную опору. Правильная длина путлищ способствует эффективной работе шенкелей. Шенкеля спокойно лежат у подпруги, поддерживая ровный темп движения. Выезженные лошади должны реагировать на легкие полуодержки сокращением темпа и быстрыми остановками. Обучение всадника в ФРГ производится по единой системе. Всадникам с неправильной посадкой не разрешается участвовать в соревнованиях в присутствие зрителей.

Первый год обучения.

Немецкие специалисты считают, что лишь полностью выезженные и хорошо подготовленные лошади находятся в подчинении у всадника и способны выдержать длительную физическую и психическую нагрузку. Лошадь может полностью владеть своими конечностями, а также разумно преодолевать препятствие по маршруту лишь в том случае, если она хорошо выезжена. Конкурная лошадь должна быть выезжена в такой степени, чтобы она могла участвовать в легких соревнованиях по выездке при небольшом сборе. Учитывая это, каждый урок нужно начинать на прямые сгибания.

Цель первого года обучения – участие в соревнованиях по преодолению препятствий классов «А» (для начинающих), «Л» (легкий).

Цель второго года обучения – «М» (средней трудности).

Цель третьего года обучения – «С» (высший класс).

Каждый урок длительностью около 70 минут начинается с 15-ти минутной разминки, во время которой наряду с другими упражнениями обращают внимание на отработку широкого шага с широким захватом пространства. Затем лошадь напрыгивают на клавиши высотой до 40-50 см. и на препятствия до 80 см. Эта гимнастика длительностью около 10 минут не представляет собой непрерывного на различных аллюрах. Лошадь напрыгивают на препятствия из различных точек манежа, не изменяя аллюра (главным образом на шагу и рыси), сочетая напрыгивание с работой на прямые сгибания. При этом от лошади требуют, чтобы она сохраняла темп движения и спокойствие,

Правильная посадка, умение подвести лошадь к препятствию на нужном темпе при легком контакте со

ртом лошади, делают ее внимательной и спокойной. Нервных лошадей, а также лошадей, бросающихся на препятствия и непривычных к преодолению препятствий, первое время выдерживают на определенном темпе. Всадник вначале должен довольствоваться тем аллюром, на котором двигается лошадь, если даже это галоп. Как правило, ему удается довольно быстро успокоить лошадь, объезжая препятствия, останавливая или осаживая ее перед ними и мягко выдерживая повод после прыжка. На темпераментных лошадей успокаивающе действуют напрыгивание на два или четыре клавиша с расстоянием между ними пять или семь метров. Разминка и гимнастирование лошади в начале урока смягчает спину и затылок, растягивает мышцы шеи лошади. Как только она начинает повиноваться шенкелю и выполнять поворот на переду, а также простейшие упражнения манежной езды на рыси и шагу, от нее требуют легкий сбор. Вышеупомянутую работу чередуют с репризами облегченной рыси. Добиваясь активности конечностей и большего подведения их под центр тяжести лошади, постоянно следят, чтобы нос лошади слегка выходил за линию вертикали. Требования, предъявляемые к лошади, должны всегда соответствовать степени ее выезженности и строению. Постепенно они доводятся до упражнений, соответствующих работе «плечом внутрь».

Многие всадники ставят целью добиться от лошади максимального сбора, применяемого в высшей школе верховой езды, но это в большинстве случаев не идет на пользу прыжковым лошадям. Выездка на высшую школу довольно трудна для среднего всадника, поэтому в большинстве случаев она осуществляется неправильно. Высокие требования предъявляемые к конкурной лошади, заставляют придерживаться определенных границ при ее сборе, причем эти требования

должны быть разными для каждой лошади. Сбор конкурной лошади не должен превышать обыкновенный (легкий). Конкурная лошадь должна быть не только абсолютно послушной, но и обладать эластичностью конечностей и , в первую очередь, способностью растягивать мышцы.

Большая часть урока (около 45 мин) должна состоять из работы с частыми переменами темпа на облегченной и учебной рыси, чередуемой с галопом на большом вольту. Правильно выполняемые полуодержки, остановки, осаживания, повороты на задних ногах, заезды и езда при легком сборе, являются упражнениями, особенно полезными для конкурной лошади. Подчинение и расслабление лошади достигается умеренной работой на клавишах, вошедшей у лошади в привычку, и напрыгивание на невысокие препятствия. Работе на галопе отводится 15 мин. Особое внимание обращается на точность и плавность переходов от укороченного учебного к обыкновенному свободному галопу. На галопе, также как и на шагу и на рыси, при умеренно поднятой голове и шее, лошади и при сильном сгибании задних конечностей, важно, чтобы лошадь шла на длинном поводу, с вытянутой шеей, а кончик ее носа выходил вперед за линию вертикали.

На каждом уроке всадник должен добиваться послушания правому поводу. Лучше всего лошади выезжать на вольте налево, во время которого правая рука всадника и левый шенкель сохраняют постоянную связь со ртом лошади. Левая рука поддерживает легкий контакт и временами готова даже бросить повод. Чтобы подчинить управлению правую заднюю ногу, длительный и правильный упор лошади в правый повод. В большинстве случаев при выездке конкурной лошади этому уделяют недостаточное внимание. Работа на галопе особенно полезна тем, что она гимнастирует лошадь на клавишах и приучает ее охотно преодолевать препятствия. Во время планомерной работы на галопе лошадь приучается преодолевать препятствия, расположенные в различной последовательности и на различных расстояниях друг от друга.

На занятиях следует чередовать напрыгивание на двойные и тройные системы, состоящие из отвесных препятствий (с правильным и неправильным расстоянием между ними), а также на одиночные жерди и высотно-широтные препятствия, ширину которых можно увеличивать после каждого прыжка. Кроме того, полезно приучать лошадь к различного типа конкурным препятствиям. После первых двух месяцев обучения лошадь должна свободно преодолевать маршрут, состоящий из четырех или шести препятствий. Через четыре пять месяцев, постепенно увеличивая высоту препятствий до одного метра, можно подготовить лошадь для соревнований класса «А» (для начинающих). Маршрут класса «А» рекомендуется прыгать два раза в неделю до седьмого месяца обучения. Большое значение следует придавать естественному галопу лошади. Большинству лошадей удобно прыгать на естественном махе. Лишь в очень немногих случаях можно принуждать лошадь преодолевать ряд препятствий или целый маршрут на мах, который короче естественного галопа лошади, так как это отрицательно сказывается на естественном поступательном движении и правильном природном инстинкте лошади. Насильственное сдерживание лошади поводом приводит к неправильным и плохим прыжкам. Воздействия всадника приводит к сопротивлению и непослушанию у чувствительных и неохотно прыгающих лошадей. Оно влияет на лошадь тем отрицательней, чем ближе к препятствию всадник воздействует на лошадь. Только равномерное, бодрое, ничем не стесняемое поступательное движение лошади, соответствую-

щее ее нормальному темпу, при спокойном и низком положении рук, сохраняющих мягкий контакт со ртом лошади при натянутой шее, способствует хорошему преодолению препятствия. При преодолении нескольких препятствий подряд рекомендуется поддерживать энергичное поступательное движение. По возможности на середине дистанции между двумя одиночными препятствиями делается полуодержка. Необходимо все время следить за тем, чтобы во время движения по маршруту сохранялся легкий, но постоянный контакт со ртом лошади при вытянутой шее. При преодолении препятствий на хорошо выезженной лошади (послушной) контакт между рукой всадника и ртом лошади должен быть уверенным, но легким. Вспомогательными средствами для всадника являются его поясница, шенкель и сосредоточенное мышление. Даже при преодолении препятствий на темпераментных лошадях всадник должен посылать лошадь, приучая ее к этому посредством скучной и требующей терпения работы на прямые сгибания, главным образом на галопе. Преодолевать препятствия на резвых лошадях и быстро двигаться по маршруту могут лишь всадники, владеющие посылом. Чтобы научиться посылу, рекомендуется периодически изменять контакт со ртом лошади, не изменяя при этом посадки и положения корпуса, а также работать на галопе при очень слабом упоре лошади в железо, а зачастую с брошенным поводом, сохраняя мягкость посадки и руки. В течении урока лошадь как правило, должна делать от пятнадцати до двадцати прыжков. Двенадцать прыжков считается минимальной нагрузкой, а тридцать максимальной.

Последние 10 мин урока длительностью 60-70 мин посвящаются расслаблению. Шаг на свободном поводу чередуют с одним или двумя репризами рыси, чтобы предотвратить катар мышц, часто случающийся с

молодыми лошадьми, еще не втянутыми в тренировку. Лошадь следует заводить в денник сухой, с успокоенным дыханием.

В первом году обучения рекомендуется следующая высота препятствий:

- ✓ Клавиши 0,4-0,5 м;
- ✓ Отвесные препятствия 0,7-1,0 м;
- ✓ Широтно-высотные
  - с высотой передней части препятствия 0,4-0,8 м;
  - и высотой задней части препятствия 0,7-1,0 м;
  - ширина по верху 0,8-1,3 м;
- ✓ 2-4 клавиша на расстоянии от 9 до 10 м через два темпа;
- ✓ 2-4 клавиша на расстоянии от 3,3 до 3,8 м в темп;
- ✓ 2 отвесных препятствия высотой от 0,7 до 1 м на расстоянии от 3,7 до 4 м (через темп);*
- ✓ 2 отвесных препятствия высотой от 0,7 до 1 м на расстоянии от 6,5 до 7 м (через темп);
- ✓ 2 отвесных препятствия высотой от 0,7 до 1 м на расстоянии от 9,5 до 10,5 м через два темпа;
- ✓ 2 широтно-высотных препятствия высотой от 0,8 до 1,2 м на расстоянии 7 м, считая от середины до середины каждого препятствия (через 1 темп)

Для двойных и тройных систем наиболее удобным расстоянием от одного до другого препятствия считается расстояние 7,5-8 м, затем 14 м и, наконец, 15 м. Расстояние 9, 13 и 16 м не рекомендуются.

Семимесячный план подготовки молодой лошади (с первого ноября до мая или июня месяца) рассчитан с тем, чтобы молодая лошадь могла участвовать в соревнованиях в конце этого периода.

* прыжками через эти препятствия не следует злоупотреблять.

После перехода подготовки лошади на открытом воздухе, работа на галопе начинает играть все большую роль, так как на современных конкурах, где препятствия преодолеваются на большой резвости, сила лошади затрачивается главным образом, на скорость, а не на непосредственное преодоление препятствий. Особое значение приобретает систематическое галопирование, соответствующее темпераменту и кровности каждой лошади. Конкурные лошади, победители соревнований «легкого класса» часто достигают резвости 600 м/мин. однако, хорошо подготовленная и напрыганная на резвом аллюре конкурная лошадь обладает только определенным пределом резвости, превышать который не рекомендуется. Чрезмерно резкое преодоление препятствий делает молодую лошадь нервной и приводит к тому, что она начинает прыгать невнимательно и без расчета. Во время занятий на открытом воздухе предусматривается ознакомление молодой лошади с различными полевыми препятствиями. Рекомендуется преодолевать подъемы и спуски, а также небольшие, но мертвые препятствия. Эта работа очень полезна и способствует расслаблению лошади. При подготовке молодых лошадей не всегда уделяется достаточное внимание преодолению канав. Эта работа приносит пользу, как в полевых условиях, так и на конкурных площадках. Первое время рекомендуется напрыгивать молодую лошадь за опытной лошадью. Многие всадники не имеют достаточного опыта в преодолении канав. Некоторые из них чрезмерно разгоняют лошадь, в особенности, если канава имеет значительную ширину. То же самое относится к преодолению высотно-широтных препятствий. Всадник часто теряет контакт со ртом лошади, сбивает ее с темпа, в связи с чем она начинает прыгать без расчета и всячески отделывается от средств управления.

Чтобы правильно преодолеть канаву, следует слегка сократить темп на некотором расстоянии от канавы. Это улучшит контакт всадника со ртом лошади и сконцентрирует ее поступательную энергию. Затем, не изменяя посадки и положения рук, рекомендуется снова увеличить теме за 20-25 метров до препятствия.

На первом году напрыгивания желательно, чтобы молодая лошадь выступила в 6-12 конкурах класса «А» и «Л», тем самым она приобретает необходимый опыт участия в соревнованиях. Если молодая лошадь успешно выступит в этих классах, осторожный и разумный всадник вовсе не должен поддаться соблазну выступить на первом году обучения лошади еще в классе «М», так как это может отрицательно сказаться на ее дальнейших успехах.

Второй год обучения.

Второй год обучения конкурной лошади в основном сходен с первым. Наряду со все увеличивающимися объемами работ на прямые сгибания, совершенствуется техника преодоления препятствий. Почти у всякой лошади имеются свои сильные и слабые стороны. Как правило, их легче выявить, чем устранить. Зимний период дает возможность ликвидировать эти недостатки напрыгиванием на правильно построенные и разнообразные препятствия. Средства и способы устранения этих недостатков столь многочисленны и разнообразны, что их нецелесообразно перечислять. Рекомендуется пользоваться собственным опытом, а также советами более опытных конкурных всадников.

Не следует предъявлять лошади слишком больших требований. Меньшей ошибкой будет недогрузка лошадей на втором году обучения. Работу на клавишах и на маленьких препятствиях можно сократить до двух раз в неделю. В план напрыгивания двух других дней неде-

ли следует включить преодоление паркура класса «А» и класса «Л». препятствия последнего могут быть повышены до класса «М» к концу зимы.

Примерный недельный план обучения выглядит следующим образом:

Понедельник – работа на прямые сгибания на клавишах, а также напрыгивание на систему из двух препятствий, представляющих собой одиночные жерди, расположенные на расстоянии от 6,8 до 7,3 м с постепенным повышением высоты. Количество прыжков до 10.

Вторник – работа на прямые сгибания без прыжков.

Среда – преодоление маршрута класса «А». До прыжков 30 мин разминки, по окончании 10-15 мин шага.

Четверг – работа на прямые сгибания или выходной день.

Пятница – работа на прямые сгибания и напрыгивание на клавиши, затем преодоление высотно-широтного препятствия сначала с заложением, а затем без него с переменным изменением высоты и ширины. Это препятствие рекомендуется преодолеть до 10 раз.

Суббота – то же, что и в среду. Затем преодоление паркура класса «М».

На втором году обучения, когда лошадь будет свободно преодолевать класс «М» рекомендуется один раз в четыре или шесть недель ставить для нее одно трудное препятствие, увеличивая каждый раз его высоту и ширину. Это препятствие должно быть удобным и располагать к нему лошадь. Если во время напрыгивания лошадь будет оставаться спокойной и уравновешенной, высоту отвесного препятствия можно увеличить до 1,7-

1,8 м или до 1,6 м высоты и 2 м ширины для широтно-высотного препятствия. Такое напрыгивание повышает уверенность всадника в своей лошади, развивает в нем чувство лошади и темпа движения и создает взаимное доверие между всадником и лошадью. Этот способ имеет еще те положительные свойства, что он позволяет всаднику убедиться в прыжковых возможностях (потолках) своей лошади.

Прежде чем принять решение о пригодности лошади для специализации ее в преодолении препятствий, необходимо раз или два проверить ее прыжковую способность на препятствиях средней высоты (1,4 м, максимум 1,5 м). Это может избавить как всадника, так и лошадь от возможной излишней затраты сил в будущем.

При проверке прыжковых возможностей лошади было бы неправильным предъявлять ей максимальные требования. Также неправильно принуждать молодую лошадь преодолевать препятствие, на котором она уже сделала несколько закидок. Следует понизить высоту препятствия и, если лошадь хорошо его преодолеет, закончить напрыгивать.

После двух лет обучения не рекомендуется участвовать на молодой лошади в крупных соревнованиях в закрытом манеже, так как это может отрицательно отразиться на нервной системе лошади. В летнем сезоне второго года обучения рекомендуется принять участие в 8-12 конкурах класса» Л» и «М» с тем, чтобы лошадь была готова для участия в конкурах класса «С» летом третьего года обучения. В крупных соревнованиях можно участвовать только лишь по окончании летнего сезона третьего года напрыгивания.

Третий год обучения.

Работа конкурной лошади в зимнем периоде третьего года обучения сходна с работой второго года.

По-прежнему совершенствуется выездка лошади в соответствии с планом. Техника преодоления препятствий и способности лошади определяют количество прыжков на клавишах и напрыгивание на невысокие препятствия. В дальнейшем эту работу можно еще сократить. Ее цель поддерживать постоянную гибкость и эластичность лошади. Прыгать два маршрута в неделю становится необязательным. Второй день напрыгивания по маршруту можно заменить напрыгиванием на какое-нибудь одиночное высокое препятствие.

Исправление трудных лошадей.

При подготовке лошади неизбежны всевозможные трудности. Хороший специалист должен своевременно установить причины сопротивления лошади, которые подчас зависят от ее психологии или ее экстерьерных данных. Верный способ – уменьшить требования к лошади и перейти на спокойную прогулочную езду. В таких случаях необходимо терпение. Темпераментные лошади труднее поддаются исправлению, чем ленивые. Темпераментных лошадей рекомендуется успокаивать работой на трех-шести препятствиях, расположенных на расстоянии 5-7 м друг от друга. Хорошие результаты дает напрыгивание на корде со свободными развязками. Для успокоения лошади напрыгивание на рыси чередуют с напрыгиванием на галопе. Очень помогает напрыгивание на двойную или тройную систему средней высоты, расположенную в овальном коридоре. Все препятствия, на которые напрыгивается лошадь должны быть мертвыми. Энергичные и высококровные лошади очень чувствительны к ласке и наказанию. При работе с ними нельзя применять хлыст и шпору, но зато поощрение голосом и оглаживание дает хорошие результаты. При поощрении лошади рекомендуется давать ей сахар, морковь и хлеб. Щелканье языком проверенный способ заставить лошадь двигаться вперед, к нему можно часто прибегать. У ленивых лошадей следует вырабатывать желание двигаться вперед. В некоторых случаях хороший результат дает галоп за лидером с несколькими лошадьми, а также участие в охотах параллельно с работой на прямые сгибания. Всадник должен стремиться к тому, чтобы лошадь охотно и быстро реагировала на действие шенкелей. Во время работы лошади, рекомендуется как можно чаще переходить на свободный аллюр и следует приучать ее двигаться вперед при звуке голоса. Хлыстом и шпорами следует пользоваться лишь в тех случаях, когда использованы все другие средства.

Лошади с большим дефектом нрава не пригодны для конкура. Некоторые лошади, обладающие природными прыжковыми способностями, часто не умеют владеть своим позвоночником. Это особенно бросается в глаза, если лошадь прогибает спину во время прыжка. Работа на корде с напрыгиванием и без него гимнастируют лошадь, учат ее округлять спину. Хорошие результаты дает напрыгивание на отвесные препятствия высотой 60-70 см, сзади которого на расстоянии 1 м кладут широкую белую тесьму или тонкую жердь. Во время этого упражнения всадник должен соблюдать непринужденную мягкую посадку и ни в коем случае не мешать лошади поводом. Можно заставлять делать такую работу в течение определенного периода времени, так как она не утомительна. Эта работа способствует не только расслаблению лошади, но и укрепляет мышцы спины и поясницы, одновременно учит ее рассчитывать прыжок, быть ловкой. При подготовке лошади следует часто обращать внимание на тактику лошади, которая играет большую роль. Старые, опытные, добронравные лошади иногда прежде времени отталкиваются на большие, главным образом на высотно-широтные препятствия. Это является верным признаком испорченности нервной

системы, ее переутомленностью и болезненностью конечностей. В таких случаях надо предоставить лошади отдых в течение 6 месяцев. Если она после продолжительного отдыха будет делать те же ошибки, то такую лошадь следует освободить от прыжков, как непригодную.

У молодых лошадей преждевременное или запоздалое отталкивание на прыжок объясняется недостатком опыта и техники. Правильно поставленное напрыгивание на препятствие небольшой высоты устраняет этот недостаток. Всадник не должен мешать лошади преждевременно отталкиваться на прыжок, так как этим она выражает свое удовольствие, силу молодости и запас сил. С возрастом, по мере приобретения опыта, и с появлением болезненных ощущений, лошади сами становятся осторожнее. Они знают где им следует оттолкнуться на препятствие и автоматически делают небольшой промежуточный темп, если видят, что им неудобно совершить прыжок. Молодые лошади делают такой промежуточный темп весьма редко, так как он свойственен, большей частью, старым лошадям.

Закидки и обносы.

Наиболее частыми формами сопротивления лошади являются закидки и обносы. Всего труднее искоренять эти недостатки у лошадей, которые привыкли подходить к препятствию под углом. Эти лошади или совершенно испорчены, или же это признак того, что их рано заставляли слишком много прыгать. Также возможно, что их преждевременно стали напрыгивать на слишком высокие препятствия.

Лошади стали оказывать сопротивление, главным образом под малоквалифицированными всадниками, которые пытались отучить их от закидок ударами хлыста. Такие лошади поддаются исправлению лишь в мо-

лодом возрасте. Эта работа требует большого терпения и оправдывает себя лишь в том случае, если у лошади большие возможности к прыжкам. Ее может исправить лишь опытный всадник, избегая всякого принуждения и начав всю работу сначала. При хорошем обращении всадника с лошадью и при квалифицированной езде она постепенно приобретает утерянное доверие. Чем медленнее и осторожнее всадник занимается исправлением лошади, тем больше залог успеха. Старые лошади, испорченные неправильными требованиями при напрыгивании, не поддаются полному исправлению. Обычная закидка или обнос молодой лошади непосредственно перед препятствием, является большей частью виной всадника. Из этого не следует, что он неправильно пользуется средствами управления и плохо подводит ее к препятствию. Непривычное освещение, незнакомый цвет, форма препятствия пугают лошадь, иногда же она закидывается из предосторожности, так как не могла правильно рассчитать место отталкивания. В этих случаях наказывать лошадь не следует. Всадник должен повернуть лошадь, огладить ее и преодолеть препятствие один или два раза. Старую, опытную лошадь наказывают немедленно, а молодую лишь после двух закидок и обносов. Наказание начинают с энергичного осаживания, после чего всадник снова направляет лошадь на препятствие с расстояния 12-15 м, стараясь вывести лошадь на середину. Лошадь сгибают в том боку, в сторону которого она сделала закидку или обнос. Это объясняется тем, что лошадь никогда не закидывается в сторону согнутого бока. Всадник должен удержать на месте заднюю ногу лошади, несмотря на то, что она старается выставить ее наружу. Затем следует энергично двинуть заднюю ногу шенкелем вперед так, чтобы она стала под туловище лошади. Этот способ подчинения требует очень точного пользования средствами

управления. Если лошадь сделала несколько закидок подряд, препятствие понижают, а затем снова энергично посылают на него лошадь. Если она преодолевает препятствие два раза без закидок, его высоту постепенно доводят до первоначальной.

При напрыгивании конкурной лошади без всадника, препятствие до1.2 м должно быть мертвым. В первом периоде обучения препятствия делают удобными для лошади и расставляют на правильных промежутках друг от друга. Впереди каждого кладут заложение из жердей или хердалей, а также снабжают препятствия откосами. По мере приобретения лошадьми опыта, конструкцию препятствий усложняют. С течением времени заложения и откосы устраняют, а маршруты строят с крутыми поворотами, располагая некоторые препятствия так, чтобы их приходилось прыгать насквозь (наверное наискось). Верхняя часть препятствий должна быть настолько прочной, чтобы она не падала при легком задевании лошади. Однако, она не должна быть мертвой, чтобы при сильном задевании не вызвать падения всадника и лошади, учитывая это, большое внимание уделяется постройке так называемых устойчивых препятствий, как для учебных целей, так и для соревнований.

Большое внимание также уделяется размерам и прочности закрепления жердей при установке препятствий. При изготовлении жердей диаметром от 8 до 10 см точно придерживаются предписанной длины, а также проверяют вес жердей. Большое внимание уделяется правильной пригонке жердей, вес которых обычно составляет от 7,2 до 9,6 кг, а длина 4-5 м. Жерди вставляют в гнезда на половину их диаметра. Чтобы предотвратить падение стоек, а тем самым жердей, ножки стоек прибивают к земле длинными железными скобами, как на открытом воздухе, так и в манеже. Непрочно построенные препятствия представляют опасность, как для лошади, так и для всадника.

Молодая лошадь уже на первом году обучения начинает выступать в соревнованиях, поэтому ее надо заранее приучать к музыке, зрителям и отвлекающим ее внимание предметам. Соревнования служат для проверки спортивных качеств лошади, она знакомится с новыми препятствиями, а ее нервная система подвергается необходимой закалке.

Проминке лошади перед выступлением уделяют также большое внимание. Она успокаивает темпераментных лошадей и делает более энергичными ленивых. Во время разминки всадник обычно преодолевает ряд невысоких препятствий, а также делает несколько пробных прыжков. Их цель придать гибкость суставам и мускулатуре лошади. Высота пробных прыжков должна соответствовать трудности маршрута.

Французская система напрыгивания.

Во Франции начинают напрыгивать лошадей в раннем возрасте, например англо-арабских лошадей с двух, а полукровных – с трех лет. Такое раннее начало подготовки спортивной лошади мотивируется тем, что требования, предъявляемые в настоящее время к конкурной лошади высокие. Напрыгивание в раннем возрасте способствует развитию гибкости суставов и сухожилий, которые у молодой лошади обладают большой эластичностью. При напрыгивании лошадей соблюдаются все меры предосторожности. Оно проводится лишь с приспособлениями, предохраняющими конечности лошади, а количество прыжков во время урока и в течение недели строго соответствует плану.

В подготовительном периоде лошадь напрыгивают на свободе или на корде в течение 7-9 мес. Напрыгивание на корде особенно рекомендуется потому, что лошадь, свободная от веса всадника, может делать значительно большее количество прыжков, не рискуя деформировать суставы. В подготовительном периоде напрыгивание планируется всего лишь один раз в неделю. К концу года количество уроков напрыгивания доводится до двух раз в неделю. В течение подготовительного периода, длительность которого составляет один год, лошади рекомендуется предоставлять двухмесячный отдых от прыжков.

Первое время лошадь не заставляют делать более трех-четырех прыжков в процессе урока. Постепенно число прыжков доводят до 10, максимальная же норма составляет 12. естественно в это число не входит перепрыгивание через лежащую на земле жердь.

Большое внимание при напрыгивании уделяется ковке. Во избежание ушибов конечностей, столь частых в начале напрыгивания, задние ноги лошади рекомендуется ковать на специальные подковы

соскообразными шипами. При ковке на эти подковы, зацеп копыта слегка выпускается за подкову, благодаря чему предохраняют от засечки пятки передних ног.

Большое значение придается весу подковы, назначение которой заключается в том, чтобы механически амортизировать толчки, воспринимаемые копытом лошади, которые затем последовательно передаются фалангами и суставам. Поскольку при преодолении препятствий, особенно травмируются конечности, то во Франции практикуется ковка молодых лошадей на утяжеленные подковы. Такая ковка дает положительные результаты. При напрыгивании молодых лошадей особенно рекомендуется пользоваться резиновыми башмаками. Чтобы предотвратить забивание передних ног, применяют тканевые ногавки, утолщенные с внутренней стороны кожей и хорошо защищающими бабку. Наколенники не рекомендуются, так как при сильном сгибании запястного сустава, они стесняют его работу, а главное, смягчают удары о препятствие, что нежелательно, так как лошадь делается невнимательной.

При начальном напрыгивании во Франции применяются как правило прочные препятствия-заскоки, кипы соломы, невысокие каменные стены, валы. Жерди изготавливаются значительной толщины, окрашиваются в яркие цвета и хорошо укрепляются. В первом году обучения у начинающей лошади вырабатывают в основном спокойствие, внимательность и стиль прыжка. Принято считать, что если во время прыжка она описывает круглую траекторию, не увеличивая скорость и работая перед препятствием мышцами и **баскюлируя**. Когда лошадь научится хорошо прыгать, спокойно и хорошим стилем, на рыси на препятствие высотой 1 м, с заложением, переходят к напрыгиванию на галопе. После чего пройденное повторяется под всадником. На этом

заканчивается подготовительный период, после чего переходят к напрыгиванию по маршруту.

Напригивание по маршруту.

Лошадь, прошедшая подготовительный период напрыгивания, еще не научилась рассчитывать прыжок. В первом периоде ей помогали рассчитывать тем, что перед препятствием клали заложение. Цель второго периода – научить прыгать без заложения. До сих пор она преодолевала препятствие главным образом, на рыси, на аллюре, который не способствовал расчету. Во втром периоде она должна научится правильно, без помощи всадника рассчитать место отталкивания на любое препятствие, прежде чем начать прыжки по маршруту. Для этого прекращают напрыгивание на рыси и переходят исключительно на прыжки на галопе.

Препятствия ставят без заложения, но зато его верхнюю часть делают яркой, чтобы лошадь смотрела не на основание, а на вершину препятствия. Это поможет ей рассчитать прыжок. Наиболее подходящим препятствием считается забор, состоящий из двух параллельных жердей, расположенных в вертикальной плоскости на расстоянии 20 см друг от друга и окрашенных в яркий цвет. В начале расстояние между жердями должно быть 80 см при высоте 1 метр. На это препятствие лошадь напрыгивается на свободе. Через несколько уроков высота верхней жерди увеличивается до 1,3 м. На этом напрыгивание на свободе прекращают и начинают напрыгивать на препятствие под верхом, при высоте препятствия 2 до 1.2 метра. Эти упражнения окончательно отучивают лошадь рассчитывать прыжок по основанию препятствия. Прежде чем перейти к напрыгиванию по маршруту, лошадь знакомят с различными конкурными препятствиями, выкрашенными в яркие цвета. Эти препятствия сконструированы так, чтобы они

производили впечатление мертвых. Лошадь не следует напрыгивать более чем на одно препятствие в течении одного урока, чтобы она сосредоточила свое внимание на нем. При напрыгивании придерживаются определенной последовательности. Сначала лошадь знакомят с отвесными препятствиями, затем с высотно-широтными, используя в качестве переходной ступени препятствия смешанного типа (вроде брусьев Спа). Напрыгивание обычно проводится в следующей последовательности: жердевой забор, шлагбаум, каменная стенка, брусья Спа, оксер, канава.

На первом уроке каждой недели лошадь знакомят с новым препятствием, и повторяют прыжки через уже известные ей препятствия. Следующий за ним урок посвящается преодолению препятствия под всадником. Во вторник лошадь прыгает брусья Спа, высоту которых постепенно повышают до 80 см.-1 м, затем до 1,1 м, и наконец до 1,2 м. Кроме того, повторяют прыжки через жердевой забор, шлагбаум, каменную стенку, высота которых составляет 1,1 м. В субботу эту работу проводят под верхом. Если лошадь преодолеет препятствие без ошибок, то на следующей неделе ее знакомят с оксером. В том случае, если лошадь не усвоила пройденного, то повторяют программу предыдущей недели. Не рекомендуется переходить к освоению новых препятствий, пока лошадь не усвоила предыдущих препятствий. Считаю, что лошадь усвоила технику прыжка через данное препятствие, если она преодолевает его правильным прыжком, независимо от формы препятствия, другими словами, прыжок считается правильным, если траектория приближается к форме полукруга, центром которого является основание, а радиусом, перпендикуляр, опущенный с вершины препятствия. Это не относится к таким препятствиям, как оксер или канава, у которых не имеется вершины. В таких слу-

чаях пользуются фиктивной вершиной, с которой опускают перпендикуляр, проходящий через середину препятствия.

В начале лошадь знакомят с простыми препятствиями, а затем со сложными, т.е. с двойными, тройными системами. Чтобы лошадь поняла трудность преодоления системы, ее в начале напрыгивают на двойную систему, высота препятствия которой составляет не более 1 м. По возможности, эта система должна быть расположена в коридоре. Напрыгивание на более высокие двойные системы осуществляется только под верхом, т.к. в этом случае часто требуется вмешательство всадника. В связи с тем, что системы подразделяются на правильные и неправильные, существуют определенные правила их преодоления. Первое препятствие правильной системы прыгается как самостоятельное, а второе через два или три темпа. Установлено, что второе и третье препятствие правильной системы легче прыгать, чем одно самостоятельное.

Неправильные системы подразделяются на системы с расстоянием между препятствиями меньше нормального маха лошади и на препятствия с расстоянием между препятствиями шире нормального маха. Первое следует прыгать замедляя ход лошади и преодолевать первым препятствие на укороченном махе. Внутри системы не следует давать лошади возможность удлинить мах. Его нужно даже сократить, чтобы лошадь не подошла слишком быстро ко второму препятствию.

К системам с расстоянием шире нормального маха лошади следует подходить удлиняя последние махи. Внутри системы также удлиняют мах, энергично посылая лошадь шенкелями, чтобы она раньше оттолкнулась на второе препятствие. Для этого надо отдать лошади повод в то время, когда она еще находится над первым препятствием, а после приземления ее энергич-

но посылают шенкелями при отданных поводьях, чтобы она удлинила мах. Когда лошадь освоит технику прыжков в системах, можно переходить к напрыгиванию по маршруту. Высота препятствия в этом случае не должна превышать 90 см, а число препятствий 5-6. Рекомендуются следующие препятствия: забор из жердей, шлагбаум, двойная система, каменная стенка, оксер. Если лошадь напрыгивалась по вышеуказанному плану, то она преодолевает этот маршрут без всякого труда. Задача всадника будет заключаться в том, чтобы поддерживать ровный тем галопа со скоростью 400-500м/мин. не замедляя хода и не переходя в рысь. Кроме того, он должен следить, чтобы лошадь не сделала закидок, которые на маршруте более вероятны, чем при преодолении одиночных препятствий. Лошадь будет готова для участия в первых соревнованиях в присутствии зрителей через 2 месяца. В течении этого периода лошадь следует напрыгивать по разнообразным маршрутам, изменяя каждый раз форму и расположение препятствий. Средняя высота препятствий не должна превышать 90 см.

Поддержание спортивной формы конкурной лошади.

Спортивный год конкурной лошади во Франции состоит из двух сезонов - соревновательного и зимнего. Длительность каждого их них около 6 месяцев.

В соревновательном сезоне лошади, прошедшие правильную подготовку следует периодически предоставлять отдых, т.к. частые переезды на автомашинах и по железной дороге в процессе соревнований, утомляют молодую лошадь. Зачастую ей приходится участвовать в нескольких видах соревнований по преодолению препятствий в один день, что нарушает привычный ей режим. После таких

конкурная лошадь, а в особенности молодая, отдыхала несколько дней. В это время она не должна стоять в конюшне, а совершать прогулки по местности.

В тех случаях, когда лошадь прошедшая правильную и систематическую подготовку почему-либо делает регулярно повал какого-нибудь определенного препятствия или же проявляет нерешительность, ее рекомендуется несколько раз пропустить на свободе через это препятствие, чтобы она приобрела уверенность. Если же лошадь прошла ускоренную подготовку и прыгая по маршруту, делает регулярно повал двух или трех препятствий, не остается ничего иного, как прибегнуть к подбивке, если эта небрежность появилась в разгаре соревновательного сезона. Конечно, подбивка не является методом подготовки, но в некоторых случаях она исправляет неаккуратных лошадей. После подбивки лошади начинают казаться, что препятствие значительно выше, чем оно есть на самом деле. Подбивка производиться во Франции посредством блока, в ручную, или при помощи специального подбивочного приспособления. Однако подбивка, которая приносит пользу охотно прыгающим но неаккуратным лошадям со спокойным характером, у других же она отбивает желание прыгать. Во Франции не принято подбивать молодых лошадей. Чтобы приучить их к внимательности их напрыгивают на мертвые препятствия. Частая подбивка изменяет как правило траекторию прыжка лошади. После подбивки передних ног лошади, она начинает отталкиваться на прыжок раньше. Подбивка задних ног заставляет ее подходить ближе к препятствию.

В зимний период лошадь тренируют по определенному плану. На лошади прекращают прыгать сразу же после окончания последнего соревнования сезона. Перерыв в прыжках должен составлять не менее 2-х месяцев. Он полезен для суставов лошади. А главным образом для ее нервной системы, т.к. психическая усталость надолго выводит из строя лучших прыжковых лошадей. Они начинают небрежно прыгать по паркуру и только длительный отдых может вернуть им внимательность. После двухмесячного перерыва в прыжках лошадь около 4-х месяцев готовят к новому соревновательному сезону. В этот период около двух дней в неделю отводят на преодоление препятствий. Во вторник, например, прыгают конкур, состоящий из 10 препятствий, высота которых не превышает высоты тех классов, в которых лошадь будет участвовать в новом сезоне. По этому маршруту обычно осуществляется два раза подряд с перерывом в четверть часа. Следующее напрыгивание обычно планируется обычно на пятницу или субботу. Желательно, чтобы второй раз лошадь прыгала на свободе в шпрингартане. Для напрыгивания выделяют около двенадцати препятствий различного типа с тем, чтобы лошадь научилась преодолевать новые препятствия. Время от времени проверяют мощность лошади, заставляя ее прыгать один или два раза в неделю брусья Спа, высота которых постепенно повышается до 180 см.

Кроме того, лошадь знакомят с препятствиями с неправильным заложением, а также с препятствиями, трудными для расчета, которые она еще не умеет преодолевать.

Оглавление.

Методика подготовки конкурных лошадей в ФРГ и Франции. 1

Немецкая система подготовки конкурных лошадей. 2

Выбор лошади. 2

Напрыгивание. 2

Первый год обучения. 4

Второй год обучения. 11

Третий год обучения. 13

Исправление трудных лошадей. 14

Закидки и обносы. 16

Французская система напрыгивания. 20

Напрыгивание по маршруту. 22

Поддержание спортивной формы конкурной лошади. 25